



## Gruppeterapi for både unge og voksne

### Acindria tilbyder aldersopdelt gruppeterapi

#### med fokus på *hvordan vi spiser*

Oplever du at maden fylder meget i din hverdag, enten ved at du næsten intet spiser, ved at du kaster op, ved at du overspiser eller en kombination af disse, tilbyder vi dig gruppebehandling med fokus på dette tema. Du vil bl.a. i gruppeterapien gennem at høre andres fortællinger (historier) kunne få reduceret følelsen af at være **helt alene** med dine problemer.

#### Narrativ gruppeterapi

Den gruppeterapi som vi udfører hos Acindria fokuserer på de historier som er skabt omkring os selv, samt på den måde disse historier kan låse os i vores selvopfattelse. Vi forsøger gennem gruppeterapien at gøre historierne mere mangfoldige og derved give hver især muligheden for:

- at undslippe den måde, vi kan være låste på i vore historier om os selv
- at få hjælp til at bevæge sig mere frit i vore omgivelser
- at få reduceret eventuel angst og følelsen af ensomhed

#### Tavshedspligt m.m.

Der er gensidig tavshedspligt omkring alt som bliver fortalt i gruppen.

En støttende, tillidsfuld og tryk atmosfære skabes gennem respektfuld og ligeværdig kommunikation mellem terapeuten og gruppe medlemmerne.

#### Kriterier for deltagelse

Du skal være personligheds mæssig samlet og uden alkohol eller stofmisbrug

#### Gruppestørrelse og pris

I forbindelse med at praktisere gruppeterapi / undervisning ønsker vi at tilbyde tryghed i små grupper og har derfor valgt at gøre prisen for deltagelse afhængig af gruppestørrelsen og kan tilbyde følgende priser **pr. time**:

- Ved 4 – 8 personer i gruppen kr. 350,- pr. person, 8 x 2 timer ugentlig
- Ved 2 – 3 personer i gruppen kr. 700,- pr. person, 8 x 1 time ugentlig

Når der er deltagere nok til en gruppe, vil den behandlende psykolog kontakte dig om starttidspunkt m.m. Følgende hold vil starte:

**Psykolog Anni Riis: Hold I** på torsdage kl. 17 – 19 og **Hold II** på lørdage kl. 10 – 12

**Psykolog Jette G. K. Nieland: Hold III** på mandage kl. 15 – 17 og **Hold IV** på onsdage kl. 10 - 12

#### Praktiske oplysninger

Gruppeterapien vil foregå i Acindrias lokaler på Augustenborggade 2, 1.s., 8000 Aarhus C.

- Beløbet for kurset betales samlet senest ved opstart.

For informationer såvel som tilmelding:

Skriv til [info@acindria.com](mailto:info@acindria.com) eller

kontakt psykolog Anni Riis eller psykolog Jette G. K. Nieland  
hos Acindria på hverdage tlf: **86 14 22 12** bedst kl. 12 – 13